

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 18 - 22 Juli 2024. Pengumpulan data yang dilakukan dengan pengisian kuesioner dan pemeriksaan terhadap wanita menopause di Daerah Pesisir Pantai Ulee Lheu Tahun 2024 yang berjumlah 37 responden, ditemukan hasil:

- a. Ada hubungan yang signifikan antara penyakit hipertensi dengan kualitas tidur wanita menopause di daerah pesisir pantai Ulee Lheu Tahun 2024.
- b. Ada hubungan yang signifikan antara penyakit DM dengan kualitas tidur wanita menopause di daerah pesisir pantai Ulee Lheu Tahun 2024.
- c. Tidak ada hubungan antara penyakit kolesterol dengan kualitas tidur wanita menopause di daerah pesisir pantai Ulee Lheu Tahun 2024.
- d. Ada hubungan yang signifikan antara penyakit asam urat dengan kualitas tidur wanita menopause di daerah pesisir pantai Ulee Lheu Tahun 2024.

#### **5.2 Saran**

- a. Bagi Wanita Menopause

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang kualitas tidur wanita menopause dan dampak bagi kesehatan tubuh wanita menopause.

b. Bagi Dinas Kesehatan dan Puskesmas Meuraxa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan pengetahuan dan kinerja tenaga kesehatan serta diharapkan dapat dijadikan pedoman dalam menyusun rekomendasi kebijakan dapat dijadikan sumber data dalam menyusun tidak lanjut kegiatan.

c. Bagi peneliti lain

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang kualitas tidur wanita menopause.